

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *О. Качур Е.Н.*

26.01.2022

Меню на 26.01.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	190	390,05	11,91	16,74	47,96	1
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	134
Батон с маслом	35	91,59	2,7	1,05	17,52	1
Каша пшеничная с маслом	100	48,27	0,54	1,78	7,54	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	1
Завтрак 2						
Сок	128	58,88	0,64	0,13	12,93	1
Обед						
Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	200	228,7	5,16	15,64	18,24	1
Суфле мясное	140	251,5	23,93	13,1	9,6	10
Свекла отварная	60	63	1,02	4,08	5,52	5
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	1
Хлеб	40	111,89	3,59	1,3	22,98	1
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,81	1
Картофель тушеный с мясом	180	129,98	2,25	6,21	16,27	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	170	95,2	4,93	5,44	6,8	2
Булочка "Творожная"	100					1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Ужин 1						
Лапшевник с творогом	130	236,6	11,18	10,01	22,75	1
Сладкая подлива	25	14			9	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	1
Итого день	2428	2734,68	85,15	90,78	400,05	

Исполнитель: Старшая медсестра *Кулабухова О.Б.* (Кулабухова О.Б.)

Повар: *О. Душина С.М.* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *Кулабухова* (Качур Е.Н.)

26.01.2022

Меню на 26.01.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	160	328,43	10,03	14,1	40,38	1
Какао на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	134
Каша пшеничная с маслом	100					
Кофейный напиток	150					
Батон с маслом	42	109,91	3,24	1,26	21,02	1
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	180	205,83	4,64	14,08	16,42	1
Суфле мясное	130	233,52	22,22	12,16	8,91	
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	45	125,88	4,04	1,46	25,85	1
Батон	28	97,56	2,79	1,12	19,18	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	135	75,6	3,91	4,32	5,4	2
Компот из сухофруктов	150					
Вафли	34	300,9	2,21	2,81	65,45	1
Ужин 1						
Лапшевник с творогом	120	218,38	10,32	9,24	21	1
Сладкая подлива	25	14			9	1
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	1
Итого день	1503	2233,83	72,02	71,19	330,96	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кулабухова</i> (Кулабухова О.Б.)						
Шеф-повар: <i>Душина</i> (Душина С.М.)						